

KADIDJA FERNANDES/AT

Novo estilo de vida com corrida e canoa >8 e 9



DIVULGAÇÃO

Pais realmente têm um filho preferido? >7



DIVULGAÇÃO

Expansão industrial do Norte do Estado >18 e 19



86 Anos

a TRIBUNA

R$ 6,00

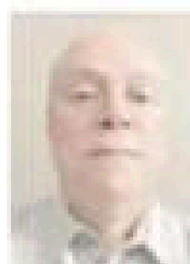


Assinatura
Aponte o seu leitor de QR code ou ligue 3323-6333

VITÓRIA-ES | DOMINGO, 16 DE MARÇO DE 2025 | ANO LXXXV | Nº 28.853 | FUNDADO EM 22/09/1938 | EDIÇÃO DE 40 PÁGINAS

Proibição de celular já melhora aprendizado, dizem professores

Dois meses após o início do ano letivo, educadores começam a notar que os alunos estão focados e lendo mais. Porém, alertam que os pais também têm de criar regras em casa >2 e 3



PEDRO VALLS FEU ROSA
É dura a vida das mulheres em um mundo que se diz civilizado >16



OPINIÃO INTERNACIONAL
Ninguém consegue explicar a fixação de Donald Trump por tarifas >26



GILMAR FERREIRA
A importância do título estadual ultrapassa o valor da competição >31

Galo é hexa e amplia hegemonia em Minas >32

Seus rins estão ok? Médicos explicam como saber >6

FOTOS: DIVULGAÇÃO

NA TELA DA TV TRIBUNA/BAND

Chegou a hora da decisão! >30



JHON ARIAS E GERSON vão estar em campo nesta tarde para a grande final do Carioca entre Flamengo e Fluminense, no Maracanã

País corre risco de apagões por sobrecarga

Geração com painéis solares pode levar a blecaute >20 e 21

FÁBIO NUNES/AT



CASAL recebendo orientações

SEMANA SANTA

10 dicas para acertar na compra do peixe

>12










VerCapas.com.br